



nakon izlaska iz vode te prilagođena svlačionica i sanitarni čvor. Osim toga kupalište od 10 do 20 sati svakog dana u tijeku sezone čuva spasilačka služba koja za osobe s invaliditetom nudi i program plivanja uz pratnju te upravlja dizalom za ulazak u vodu. Na kupalištu se svakodnevno održavaju programi animacije kupaca u vodi i na suhom, kao i brojni sportski programi te je kupcima na raspolaganju i besplatni aqua park za odrasle, kao i aqua park za najmlađe i dječje igralište, velika 10 metarska skakaonica, vaterpolo teren. U neposrednoj blizini nalazi se teren za odbojku na pijesku, atletska staza, vanjski fitness teren, a na to se nastavljaju teniski tereni i veliko dječje igralište. Na kupalištu i u neposrednoj blizini kupaci mogu uživati u raznolikoj ugostiteljskoj i gastro ponudi, kao i u brojnim šetnicama i biclističkim stazama kojima se Korana povezuje s Mrežnicom i Kupom. U noćnim satima kupalište se pretvara u veliko kino na otvorenom, a na njemu je moguće i zaplesati na nekom od noćnih plesnih partya ili poslušati neke od lokalnih glazbenika. Čistoća i kvaliteta vode rijeke Korane kontrolira se redovito, a dokazana je i ljekovitost rijeke Korane, te njen blagotvorni učinak na

zdravlje. Jedan od najvažnijih susjeda Foginovog kupališta, poznata Aquatika, nudi vam mogućnost da uronite u svijet riba i podvodnog života rijeka. Foginovo kupalište u prosjeku posjeti od 800 kupaca u tjednu do 3.000 u dane vikenda. Time je Foginovo kupalište postalo važno mjesto susreta, rekreacije, druženja i provođenja slobodnog vremena na svježem zraku i uz čistu rijeku koja se nalazi u srcu urbanog središta grada Karlovca. Svakodnevno se na kupalištu održavaju

brojni rekreativni i sportski sadržaji s ciljem promocije kupališta, unapređenja turističke ponude i uključivanja građana u aktivan odmor i aktivnosti koje koriste održavanju tjelesnog i mentalnog zdravlja.

Renata Kučan

Voditeljica Odsjeka za odgoj i obrazovanje, udruge, sport i socijalnu skrb Grada Karlovca, Upravni odjel za društvene djelatnosti
renata.kucan@karlovac.hr

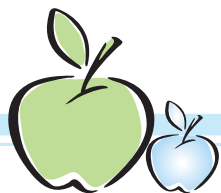


Patronažna služba u Domu zdravlja Vinkovci



Dom zdravlja Vinkovci u djelatnosti patronažne službe aktivno radi na promociji zdravlja pojedinca, obitelji i zajednice te prevenciji nastanka bolesti zdravstveno-odgojnim radom. Djelatnost patronaže broji sedamnaest patronažnih sestara koje su uz individualni rad s pojedincima uključene u različite aktivnosti koje doprinose promociji zdravlja, poput trudničkog tečaja, rada u vrtićima i školama, rada s grupom dijabetičara, grupama za potporu dojenja, radionicama sa ženama oboljelim od karcinoma dojke, obilježavanja Svjetskog dana dijabetesa, hipertenzije, Svjetskog dana zdravlja,

Nacionalnog tjedna dojenja ili su aktivno uključene u projekt *Živjeti zdravo*. Od 2013. godine započeli smo s radom trudničkog tečaja koji za cilj ima pripremiti buduće roditelje za porod i specifičnosti njege novorođenčeta. Namijenjen je trudnicama i njihovim partnerima ili drugoj pratnji koja želi prisustvovati porodu. Također tečaj mogu pohađati i trudnice koje ne žele pratnju pri porodu. Uz patronažne sestre, kao predavači sudjeluju i liječnik specijalist ginekologije i opstetricije, primalja pri OŽB Vinkovci i liječnica specijalistica epidemiologije pri Zavodu za javno zdravstvo Vukovarsko-srijemske županije. Na predavanjima se kao



pomagalima koristimo audiovizualnim materijalom, lutkama, kadicom i ostalom opremom za dijete, izdajalicama i dr. Polaznicima tečaja osigurana je i organizirana posjeta radionici OŽB Vinkovci. Na kraju tečaja polaznici dobiju potvrde. Trudnički tečaj u trajanju od tri dana održava se svaki drugi mjesec zbog velikog interesa polaznika. Obrađivane su teme *Trudnoća, Porodaj i babinje, Uloga primalje u fiziološkom porođaju i dojenju, Prehrana u trudnoći, Novorođenče, Cijepljenje, Dojenje, Grupe za potporu dojenja te Uloga patronažne sestre u njezi majke i novorođenčeta*. Osnovano je pet grupa za potporu dojenja koje su registrirane pri Hrvatskoj udruzi grupa za potporu dojenja (HUGPD). Voditeljice grupa su članice HUGPD te se kontinuirano educiraju pohađajući simpozije HUGPD i HUSD (Hrvatska udruga savjetnica za dojenje). Postoje grupe u Vinkovcima, Ivankovu, Andrijaševcima, Starim Jankovcima i Nuštru. Grupi se mogu pridružiti trudnice i majke sa svojom djecom, koje će dobiti točne informacije i praktične savjete vezane uz dojenje, izdavanje i ostalo, razmjenu iskustava, uzajamnu pomoć oko poteškoća pri dojenju, emocionalnu potporu i razvijanje povjerenja u vlastitu sposobnost dojenja. Aktivno sudjelujemo u obilježavanju Nacionalnog tjedna dojenja

provodeći radionice na navedene teme. Kroz rad s djecom vrtićke dobi unutar kolektiva vrtića, na području našeg djelokruga rada provodi se edukacija primjerena uzrastu djece s kojom se radi. Obrađene su teme *Oralna higijena, Pravilna prehrana, Sprječavanje ozljeda u male i predškolske djece, Tjelesna aktivnost, Edukacija o ponašanju prilikom liječničkog pregleda*. Održana su i predavanja roditeljima i odgajateljicama u vrtiću na teme *Bolesno dijete u vrtiću i Standardne mjere zaštite od krvlju prenosivih zaraznih bolesti*. Osim djece vrtićke dobi patronažne sestre rade i sa djecom školske dobi. Održavamo predavanja u školama na području djelokruga rada DZ Vinkovci s obrađenim temama *Higijenom do zdravlja, Oralno zdravlje, Štetnost pušenja, Ovisnost o medijima, Prevencija vršnjačkog nasilja, Moje tijelo, Pubertet i kontracepcija, Dijabetes*. Također provodimo edukacije djece školske dobi s poteškoćama u razvoju. Surađivale smo i sa Udrugom dijabetičara gdje smo provodile edukacije na teme vezane uz šećernu bolest, samokontrolu GUK-a, komplikacije dijabetesa. Vezano uz šećernu bolest, obilježavale smo i Svjetski dan dijabetesa te provodile preventivnu akciju mjerenja glukoze u krvi i arterijskog krvnog tlaka. Također smo surađivale s Klubom žena liječenih od karcinoma dojke

Una Vinkovci gdje smo održale predavanje i radionice o terapiji limfedema nakon operativnog zahvata dojke i provele istraživanje o kvaliteti života nakon operacije karcinoma dojke. Svojim smo se aktivnostima uključile u projekt *Živjeti zdravo* te od početka održavanja Sajma zdravlja u Vinkovcima sudjelujemo u organizaciji Sajma i provođenjem trajnih edukacija medicinskih sestara i tehničara. Pri Nacionalnom programu *Živjeti zdravo*, u suradnji s Hrvatskim zavodom za javno zdravstvo, a u sklopu Europske Unije, sudjelovale smo u predstavljanju programa kontrolom krvnog tlaka te korisnim savjetima za zdraviji život. Cilj projekta bio je usvajanje znanja i stavova o važnosti pravilne prehrane, tjelesne aktivnosti u cilju prevencije debljine, očuvanje i unaprjeđenje mentalnog zdravlja, očuvanje spolnog i reproduktivnog zdravlja edukacijom mladih te stanovnika svih dobni skupina. U sklopu projekta organizirane su šetnje na tjednoj bazi u kojima smo aktivno sudjelovale kako bi potaknule građane na tjelesnu aktivnost. Sudjelovale smo i u akciji *Volonteri u parku*.

Vesna Božić

glavna sestra i patronažne sestre
DZ Vinkovci
patronaza.dzv@vu.ht.hr

